

Bericht einer Angehörigen

Teil 1: Vorstellung der eigenen Person

- 63 Jahre alt
- Förderschullehrerin, seit 01.08.2012 pensioniert
- verheiratet seit 1973
- 2 erwachsene Töchter
- 2 Enkel

Teil 2: Vorstellung des Erkrankten

2.1. Krankengeschichte

- 64 Jahre alt
- Grund- und Hauptschullehrer, seit 2003 (im Alter von 55 Jahren) pensioniert
- 1. Klinikaufenthalt 1996 mit Diagnose *endogene Depression*
- danach reduziert weiter gearbeitet
- weitere Klinikaufenthalte, zunächst im Abstand von mehrmals etwa 2 Jahren, später immer kürzere Abstände und immer längere Aufenthalte
- Gesprächstherapie durchgehend von 1997 bis 2005
- bisher längster Klinikaufenthalt von September 2008 bis Juli 2010, Diagnose: *schwerst chronisch depressiv*

2.2. familiäre Vorgeschichte

- Vorbelastung in der Familie des Vaters
- Überforderung von Beginn der Schulzeit an bis ins Studium und später im Berufsleben
- ständige Misserfolge
- sehr enge Bindung an die sehr dominante Mutter „mit Anspruch“ (hohe Erwartungen)

2.3. Symptomatik

- Kraftlosigkeit
- Initiativlosigkeit
- schwaches Selbstwertgefühl
- Unfähigkeit, Entscheidungen zu treffen
- starke Konzentrationsprobleme
- Angstattacken
- übermäßiges Sicherheitsbedürfnis
- Psychose (2006)

Teil 3: Der Umgang des Erkrankten mit seiner Krankheit im Verlauf der Jahre

3.1. Vor der ersten Diagnose

- häufiges Ausweichverhalten
- Studium abgebrochen
- mehrere Schulwechsel (Arbeitsplatz)
- Unterrichtsstunden mehrfach reduziert
- immer wieder diffuse körperliche Beschwerden – vom Hausarzt

nicht im Zusammenhang mit einer Depression gesehen

3.2. Die 1. Diagnose 1996

- weitere Stunden reduziert
- häufig krank geschrieben
- weiter alle Schwierigkeiten hingenommen
- sich selbst weiter überfordert
- Eintritt in eine Selbsthilfegruppe

3.3. Berufsunfähigkeit seit 2001 Pensionierung 2003, mit 55 Jahren

- nach und nach immer mehr die Krankheit angenommen
- Gespräche über die Situation und die Partnerschaft, aber weiterhin nicht auf seine Initiative hin
- vorherrschende Haltung: *hinnehmen und nicht hinterfragen*
- zu keiner Zeit ein Aufbegehren

Teil 4: Mein eigener Umgang mit der Krankheit im Verlauf der Jahre

- zunächst völliges Unverständnis
- Hilflosigkeit
- das Gefühl, etwas tun zu müssen – aber was?
- körperliche Beschwerden ohne erkennbare Ursache
- Paarberatung
- psychosomatische Kur
- 3 mal 40 Stunden Psychotherapie
- Klinikaufenthalt 2010 (7 Wochen), **sehr hilfreich!**

Teil 5: Heutige Situation

5.1. In der Klinik / zu Hause

- unterschiedliche Alltagssituationen für mich
- wenn mein Mann in der Klinik ist, bin ich erstmal entlastet
- jedes Mal nach der Entlassung: Umstellung für uns beide
- Verantwortung im Alltag zu teilen, erfordert viel Fingerspitzengefühl – letztlich bin ich für alles verantwortlich!

5.2. Alltagsprobleme

- Vergesslichkeit
- Langsamkeit
- Konzentrationsschwierigkeiten
- extrem schwache Belastbarkeit
- möglichst keine Veränderungen
- starkes Sicherheitsbedürfnis
- keine längerfristigen Planungen (Urlaub) mehr möglich
- Alltagsradius wird enger
- Begrenzung der Kontakte

5.3. Partnerschaft

- nicht mehr gleichgewichtig
- Partnerschaft auf einer anderen Ebene
- Verantwortung fast ausschließlich bei mir (s. 5.1.)
- Gespräche in Dialogform schwierig
- Probleme beim Erkennen von komplexen inhaltlichen Zusammenhängen und im Verbalisieren

5.4. Ich selbst als Ehefrau eines schwerst chronisch depressiven Mannes

- ohne Hilfe von Außen geht es nicht
- die Probleme ansprechen
- unterscheiden zwischen Verantwortung und „Gängeln“
- wertfrei unterscheiden zwischen dem, was geht und dem, was nicht mehr geht
- sich auch **ohne** den Partner nach Außen orientieren – möglichst **ohne dabei ein schlechtes Gewissen zu haben!**
- **Die Sorge für sich selbst und die Sorge um und mit dem Partner sind gleichberechtigt!!**

Das Bild von einem Haus als Darstellungsmöglichkeit unserer Situation:

a) festes Fundament, Keller: Bindung aneinander, gemeinsame Erlebnisse, Kinder, Enkel.....

b) lebendiges, offenes Haus: die Zeit vor der Krankheit

c) inzwischen sind manche Türen verschlossen und manche Fenster blind: die Zeit mit der Krankheit, also die Entwicklung in den letzten 16 Jahren

d) so leben wir heute in unserem Haus: Mein Mann fühlt sich wohl und zu Hause. Das „enger gewordene“ Haus bietet ihm Sicherheit und in der Regel ein entspanntes Leben. Für mich gibt es auch außerhalb des eigenen Hauses Räume, die zu mir passen und die ich in Anspruch nehmen kann – ich komme aber immer wieder in unser gemeinsames Haus zurück.